

Kochvorführungen

„Bayerisches Superfood – Lokale Superhelden wiederentdeckt“

Das BBV-Bildungswerk und die BBV-Landfrauengruppe laden **alle interessierten Bürgerinnen und Bürger** zu unseren alljährlich stattfindenden Kochvorführungen unserer BBV-Ernährungsfachfrauen ein.

Regionales Superfood sind qualitativ hochwertige Lebensmittel, natürlich gereift und saisonal verfügbar. Wählen wir unsere Lebensmittel nach dem Rhythmus der Natur aus, also nach den Jahreszeiten, sorgen wir dafür, dass unser Körper eine ausgewogene Mischung der wichtigsten Nährstoffe erhält. In unseren Kochvorführungen erhalten Sie viele Informationen und Tipps rund um das Thema "Regionales Superfood".

Im Theorieteil erfahren Sie Wissenswertes zum Begriff „Superfood“, wie z.B. Gesundheitsaspekte, Mehrwert heimischer Superfood-Alternativen gegenüber exotischem Superfood und vieles mehr. Im Praxisteil zeigen Ihnen unsere Ernährungsfachfrauen verschiedene schnelle und gesunde Rezepte mit heimischen „Superhelden“ und geben Hinweise und Empfehlungen zu Verwendung und Verarbeitung.

Geplante Termine für Uffenheim - Landwirtschaftsschule:

Anmeldung bei: Karina Stadelmann, Telefon: 09335/1049

Montag, 15. Januar 2024	Montag, 19. Februar 2024
Freitag, 19. Januar 2024	Montag, 23. Februar 2024
Montag, 22. Januar 2024	Montag, 04. März 2024
Freitag, 26. Januar 2024	Freitag, 08. März 2024
Montag, 29. Januar 2024	

Beginn: jeweils 19:30 Uhr

Geplante Termine für Neustadt a.d.Aisch – Seminarraum, Peter-Kolb-Platz 6

Anmeldung bei: Renate Ixmeier, Telefon 09162/6931

Mittwoch, 17. Januar 2024	Beginn: 19:00 Uhr
Montag, 22. Januar 2024	Beginn: 19:00 Uhr
Dienstag, 23. Januar 2024	Beginn: 19:00 Uhr
Donnerstag, 24. Januar 2024	Beginn: 19:00 Uhr
Dienstag, 30. Januar 2024	Beginn: 19:00 Uhr
Mittwoch, 31. Januar 2024	Beginn: 19:00 Uhr
Mittwoch, 07. Februar 2024	Beginn: 19:00 Uhr
Donnerstag, 08. Februar 2024	Beginn: 19:00 Uhr
Montag, 04. März 2024	Beginn: 13:30 und 19:00 Uhr
Dienstag, 05. März 2024	Beginn: 19:00 Uhr
Mittwoch, 06. März 2024	Beginn: 19:00 Uhr

Teilnehmergebühr: 14,00 Euro inkl. Unkostenbeitrag für Kostproben, wird vor Ort eingehoben

**Weitere Veranstaltungen des BBV-Bildungswerkes finden Sie
unter www.bildung-beratung-bayern.de**